



«Утвржден»

Директор МБОУ Могойтурская СОШ с:Кызыл-Хая

/О.С.Комбу/

МЕНЮ на 06.04.2021 год

- 1.Винегрет овощной 80 гр
- 2.Суп картофельный с пшеном и с мясом птицы 225 гр
- 3.Рыба жаренная
- 4.Картофельное пюре 180 гр
- 5.Сок фруктовый 200 гр
- 6.Хлеб пшеничный 30 гр

ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ

Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)
		Б	Ж	У		
Салат из свеклы	80	4,197	15,818	6,995		186,99
Суп картофельный с вермишелью	225	2,593	2,414	18,788		107,6
Рыба жаренная	90	13,792	7,551	13,868		178,745
Картофель запеченный	180	5,124	7,242	7,414		196,636
Компот из сухофруктов	180	0,702	0,054	20,104		84,75
Хлеб пшеничный	30	1,98	0,7	11,88		59,4
Итого		28,388	33,779	79,049		814,121



Старший повар: Тамсэг /С.К.Балды/